



## STAGE AVANCÉS – PRINTEMPS 2025

### Un programme complet pour les passionnés de voile

Préparez-vous à repousser vos limites et à découvrir le monde excitant des régates avec **ZigZag Sailing**. Embarquez avec nous et faites de chaque mardi soir un entraînement gagnant !

#### Conditions :

- Avoir un **niveau avancé** ou être titulaire du **permis lac**.
- Engagement sur la **saison complète** de printemps/été.
- Possibilité de participer à des régates telles que la **Genève-Rolle** et le **Bol d'Or**.

#### Pourquoi participer ?

- **Expérience pratique** : C'est l'occasion parfaite de mettre en pratique vos compétences de voile dans un cadre compétitif.
- **Découverte des régates** : Vous apprendrez les subtilités de la régata en situation réelle.
- **Esprit d'équipe** : Vous serez intégré dans une équipe dynamique.

#### Ce qui vous attend :

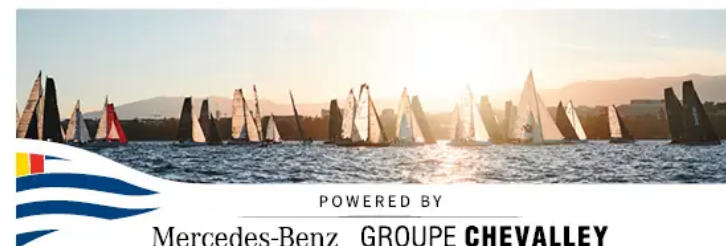
- **Manœuvres**: Perfectionnez vos compétences avec des manœuvres d'envoi, d'affalage et d'empannage sous spi. Testez le poste d'embrague, de numéro un, de barreur pour optimiser votre navigation et vos réglages fins.
- **Tactique de régata** : Apprenez à naviguer avec stratégie et à prendre les bonnes décisions pendant les courses.
- **Travail en équipe** : Vous serez intégré dans une équipe de régata, apprenant à travailler de manière fluide et efficace avec votre équipage.
- **Événements majeurs** : En plus des entraînements, vous aurez l'opportunité de participer à des régates prestigieuses telles que la **Genève-Rolle** et le **Bol d'Or**.

## Les Régates du Mardi - Coupe de Printemps

06.05.2025 - 24.06.2025

### LES RÉGATES DELEN

DU MARDI



Les régates du Mardi se disputent sur un parcours « banane » avec un ou deux aller-retours en fonction des conditions de vent et des classes. Une vingtaine de voiliers se retrouve sur la ligne de départ en début de saison, mais il peut y avoir jusqu'à soixante embarcations en juin, juste avant Genève-Rolle-Genève et le Bol d'Or Mirabaud. La durée des régates est d'environ une heure à une heure et demi, puis tout le monde se retrouve au club pour dîner.

Dates	Groupes	Premier signal d'avertissement prévu à	Coucher du Soleil	Fin du crépuscule civil
6 mai 2025	Selon pavillonnerie	19h00	20h51	21h24
13 mai 2025	Selon pavillonnerie	19h00	21h00	21h34
20 mai 2025	Selon pavillonnerie	19h00	21h09	21h43
27 mai 2025	Selon pavillonnerie	19h00	21h16	21h51
3 juin 2025	Selon pavillonnerie	19h00	21h22	21h59
10 juin 2025	Selon pavillonnerie	19h00	21h28	22h04
17 juin 2025	Selon pavillonnerie	19h00	21h31	22h08
24 juin 2025	Selon pavillonnerie	19h00	21h33	22h09
	Selon pavillonnerie	19h00		

Au maximum 2 courses sont prévues chaque mardi.

La seconde course sera envoyée à la discrétion du Comité de course en fonction des conditions du jour.